

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN, SIKAP DAN KEBIASAAN MAKAN PAGI
DENGAN STATUS GIZI ANAK DI SDN BANYUANYAR III
KOTA SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Skripsi ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh:

MUNIK AMBARWATI

J 310 090 014

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap dan Kebiasaan
Makan Pagi Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Di
SDN Banyuanyar III Surakarta
Nama Mahasiswa : Munik Ambarwati
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 090 014

Telah disetujui untuk diuji, oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang
S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal
Juni 2014 dan telah diperbaiki sesuai masukan Tim Penguji

Surakarta, Juni 2014

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

(Muwakhidah, SKM., M.Kes)

NIK. 865

(Rully Sudaryanto, SST)

NIP. 197309112006041003

Mengetahui,

Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

(Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D)

NIK. 744

Surat Persetujuan Artikel Publikasi Ilmiah

Yang bertanda tangan dibawah ini pembimbing skripsi/tugas akhir :

Nama : Rully Sudaryanto, SST

NIP/NIK : 197309112006041003

Telah membaca, mencermati naskah artikel publikasi ilmiah, yang merupakan ringkasan skripsi (tugas akhir) dari mahasiswa :

Nama : Munik Ambarwati

NIM : J310090014

Program Studi : Gizi S1

Judul Skripsi : Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Kebiasaan Makan Pagi dengan Status Gizi Anak di SDN Banyuanyar III Surakarta.

Naskah artikel tersebut, layak dan dapat disetujui untuk dipublikasikan.

Demikian persetujuan yang dibuat, semoga dapat digunakan sepenuhnya.

Surakarta, 24 Juli 2014

Pembimbing



(Rully Sudaryanto, SST)

NIP. 197309112006041003

PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI

ABSTRAK

MUNIK AMBARWATI. J 310 090 014

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN, SIKAP, DAN KEBIASAAN MAKAN PAGI DENGAN STATUS GIZI ANAK DI SDN BANYUANYAR III KOTA SURAKARTA

Pendahuluan :Pengetahuan gizi adalah kemampuan untuk menjawab pertanyaan mengenai sumber zat gizi, manfaat untuk tubuh serta kandungan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dan pemahaman seseorang mengenai interaksi zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan. Pengetahuan gizi merupakan landasan penting untuk terjadi perubahan sikap,sehingga diharapkan dapat mengubah kebiasaan makan pagi yang semula kurang baik menjadi lebih baik. Melewatkan makan pagi akan membuat tubuh anak kekurangan glukosa sehingga tubuh akan membongkar persediaan tenaga yang ada di jaringan lemak tubuh sehingga apabila terjadi secara terus-menerus akan berpengaruh terhadap status gizi.

Tujuan :Menganalisis hubungan antara pengetahuan, sikap dan kebiasaan makan pagi dengan status gizi pada anak sekolah di SDN Banyuanyar III Surakarta.

Metode Penelitian :Jenis penelitian ini merupakan penelitian Observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang diambil adalah siswa kelas III, IV, V sebanyak 90 orang dengan teknik *purposive random sampling*. Penentuan status gizi menggunakan pengukuran antropometri yang meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan, pengetahuan dan sikap dengan menggunakan kuesioner dan kebiasaan sarapan pagi dengan wawancara *recall* kebiasaan sarapan selama 7 hari.Hasil dianalisis dengan uji statistik *korelasi Rank Spearman*.

Hasil :Sebagian besar siswa memiliki status gizi normal sebanyak (67,8%), pengetahuan gizi baik sebanyak (62,2%), Sikap gizi yang baik sebanyak (60,0%), dan kebiasaan makan pagi siswa sebanyak (52,2%) biasa makan pagi.

Kesimpulan :Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ($p=0,024$), tidak terdapat hubungan antara sikap gizi dengan status gizi ($p=0,83$), terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan status gizi($p=0,002$).

Kata kunci : **Pengetahuan, Sikap, Kebiasaan Makan Pagi, Status Gizi**
Kepustakaan : 72 : 1986-2013

**NUTRITION PROGRAM
FACULTY OF HEALTH
MUHAMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
ESSAY**

ABSTRACT

MUNIK AMBARWATI. J 310 090 014

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE, ATTITUDE AND BREAKFAST HABIT WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF STUDENT IN BANYUANYAR III ELEMENTARY SCHOOL SURAKARTA

Introduction: Nutritional knowledge is the ability to answer question about source of nutrient, benefit of nutrients, the nutrients required for the body and the understanding of a person about interaction of nutrients with health and nutritional status. Nutritional knowledge is influencing nutritional attitude. It is expected that by having a good nutritional knowledge, one could change the breakfast habit to be better. The habituation of breakfast for children in elementary school is an effort to enhance the nutritional status. Missing breakfast for the children could lead to glucose shortage so the body will consumed the energy stored in fat tissue. If it is happened continuously for long time, it will have impact on nutritional status.

Objective: To analyze the relationship between knowledge, attitude and the breakfast habit with nutritional status of children in elementary school Banyuanyar III.

Methods of Research: This type of research is an observational study using cross-sectional approach. Samples are taken with porpositive random sampling from student of third, fourth and fifth grade that consist of 90 students. Determine the nutritional status using anthropometric measurements, including measurement of weight and height, knowledge and attitudes using a questionnaire and interviews habit breakfast with breakfast habits recall for 7 days. Results were analyzed by rank spearman correlation statistical test.

Result: Students have normal nutritional status (67,8%); students have a good nutritional knowledge (62.%), students have a good nutritional attitude (60%), and students has breakfast habit (42,2%).

Conclusion: There is a relationship have between nutritional knowledge and nutritional status (p value in table 0,024), there is no relationship between nutritional attitudes and nutritional status (p value in table 0,89), and there is a relationship between breakfast habits and nutritional status (p value in table 0,002) of the children in Banyuanyar III elementary school of Surakarta.

Keyword: knowledge, attitude, breakfast habit, nutritional status

Library: 72: 1986-2013

A. PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok rawan gizi. Pertumbuhan yang berlangsung membutuhkan zat-zat gizi yang adekuat. Bila kebutuhan zat gizi tersebut tidak terpenuhi, akan terjadi hambatan pertumbuhan dengan manifestasi anak kurus (*wasted*) maupun pendek (*stunted*) (Judarwanto, 2006).

Pada anak usia sekolah banyak faktor yang mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan mental dan jasmani. Salah satunya adalah masalah gizi. Upaya untuk menempuh perbaikan gizi anak agar dapat belajar dengan baik, yaitu melalui perbaikan pola makan di keluarga dengan menekankan pentingnya makan pagi sebelum berangkat ke sekolah (Jalal, 2005), dan saran yang tepat dari segi gizi yaitu melakukan kebiasaan makan pagi.

Sediaoetama (2000) menjelaskan bahwa, pengetahuan merupakan hal penting terbentuknya perilaku

seseorang. Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan. Praktek terjadi setelah seseorang mengetahui *stimulus* atau objek kesehatan, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang diketahui, dan selanjutnya ia akan melaksanakan dan mempraktekkan apa yang sudah diketahuinya. Untuk terwujudnya sikap menjadi suatu tindakan nyata diperlukan suatu faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain adalah fasilitas (Notoatmodjo, 2007).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 dapat dilihat bahwa di Indonesia *prevalensi* kependekan pada anak umur 6-12 tahun adalah 35,6% yang terdiri dari 15,1% sangat pendek dan 20% pendek. *Prevalensi* kegemukan pada anak umur 6-12 tahun masih tinggi yaitu 9,2% atau masih di atas 5,0%. *Prevalensi* kuruspada anak umur 6-12 tahun adalah 12,2% terdiri dari 4,6% sangat kurus dan 7,6% kurus.\

Status gizi baik atau optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2001).

Berdasarkan hasil skrining Dinas Kesehatan Kota Surakarta 2011 pada pemantauan status gizi anak sekolah di SD Banyuanyar, status gizi (BB/TB) yaitu normal 85,5%, kurus 5,84%, kurus sekali 4,38%, gemuk 6,02%.Peneliti Faizah (2012) di SDN Banyuanyar III menemukan sebesar 67% tidak sarapan pagi.

Berdasarkan data *survey* pendahuluan tahun 2012 terhadap status gizi di SD Banyuanyar III Kota Surakarta menunjukkan bahwa dari 270 siswa, yang memiliki status gizi lebih sebesar 38,14% yang berstatus gizi kurang sebesar 0,11% dan yang berstatus gizi normal sebesar 60,7%, serta 50% anak tidak melakukan makan pagi.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SDN Banyuanyar III Kota Surakarta dari bulan mei 2013 hingga juni 2014. Populasi dari penelitian ini adalah siswa siswi kelas III,IV dan V sebesar 126 siswa. Subjek penelitian ini adalah 90 siswa kelas III,IV dan V yang memenuhi kriteria inklusi bersedia menjadi subjek penelitian, anak dapat diukur berat badan dan tinggi badan, anak hadir pada saat pengukuran dan kriteria eksklusi anak pindah sekolah, anak dalam keadaan sakit, anak tidak kooperatif. Teknik yang digunakan dalam pemilihan sampel adalah *Purposive Random Sampling*. Hasil uji kenormalan data dengan menggunakan uji *Kolmogorof Smirnov*, menunjukkan semua data berdistribusi tidak normal maka digunakan uji *Rank Spearman*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Subjek

a. Jenis Kelamin

Distribusi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada Tabel. 1

Tabel 1
Distribusi Jenis Kelamin Subjek Penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Presentase (%)
Laki-Laki	46	51,1
Perempuan	44	48,9
Jumlah	90	100,0

Hasil penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 90 subjek penelitian, yang memiliki jenis kelamin laki-laki sebanyak 46 orang (51,1%) dan yang memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 44 orang (48,9%). Jenis kelamin subjek penelitian ini sebagian besar (51,1%) adalah berjenis kelamin laki-laki.

b. Umur

Subjek dalam penelitian ini berasal dari kelas III-V dengan rentang umur 8-12 tahun. Umur tertinggi yang dimiliki subjek penelitian sebesar

12,10 tahun, umur terendah yang dimiliki subjek penelitian sebesar 8,01 tahun. Rata-rata umur siswa sebesar 9.83 tahun. Distribusi umur subjek dalam penelitian dapat dilihat pada Tabel 2

Tabel 2
Distribusi Umur Subjek Penelitian

Umur (Tahun)	Jumlah (n)	Presentase (%)
8	15	16,85
9	29	31,46
10	35	39,33
11	10	11,24
12	1	1,12
Jumlah	90	100,0

Hasil penelitian pada tabel 2 dapat diketahui bahwa kelompok umur siswa sebagian besar berumur 10 tahun (39,33%) dan sebagian kecil berumur 12 tahun (1,12%).

c. Kelas

Distribusi subjek penelitian berdasarkan kelas dapat dilihat pada Tabel. 3

Tabel 3
Distribusi Kelas Subjek Penelitian

Kelas	Jumlah (n)	Presentase (%)
III	31	33,7
IV	28	31,5
V	31	34,8

Hasil penelitian pada tabel 3 dapat diketahui bahwa kelompok kelas siswa terbesar adalah pada kelas III dan V sebanyak 31 siswa (34,8%) dan sebagian kecil pada kelas IV sebanyak 28 siswa (31,5%).

2. Hasil Penelitian

a. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi adalah kemampuan untuk menjawab pertanyaan mengenai sumber zat gizi, manfaat untuk tubuh serta kandungan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dan pemahaman seseorang mengenai interaksi zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan (Suhardjo, 2003). Rata-rata nilai pengetahuan gizi adalah 77,87 dan $\pm 9,41$, nilai *minimum* 50, nilai *maximum* 90.

Distribusi pengetahuan gizi subjek dapat dilihat pada Tabel. 4

Tabel 4
Distribusi Pengetahuan
Gizi Subjek

Pengetahuan	Jml (n)	Presentase (%)
Baik	56	62,2
Tidak Baik	34	37,8
Jumlah	90	100,0

Hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan bahwa 56 siswa (62,2%) memiliki pengetahuan gizi yang baik dan 34 siswa (37,8%) memiliki pengetahuan gizi tidak baik. Hal ini diketahui berdasarkan hasil wawancara pengetahuan gizi bahwa sebagian siswa yang memiliki pengetahuan gizi yang baik (62,2%) sudah mengetahui informasi gizi dan kesehatan melalui majalah, koran, buku, dan iklan televisi. Dengan demikian, pengetahuan gizi subjek penelitian sudah tergolong baik.

b. Sikap Gizi

Rata-rata nilai sikap gizi adalah 77,37 dan $\pm 10,51$, nilai *minimum* 40 dan nilai *maximum* 95. Distribusi

sikap gizi subjek dapat dilihat pada Tabel. 5

Tabel 5
Distribusi Sikap Gizi Subjek

Sikap	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik	60	60
Tidak Baik	40	40
Jumlah	90	100,0

Hasil penelitian pada tabel 5 menunjukkan bahwa 60 siswa (60%) memiliki sikap gizi yang baik dan 40 siswa (40%) memiliki sikap gizi tidak baik. Hal ini diketahui berdasarkan hasil wawancara sikap gizi bahwa sebagian siswa yang memiliki sikap gizi yang baik (60%) memiliki sikap yang baik terhadap pemilihan bahan makanan. Dengan demikian, sikap gizi subjek penelitian tergolong baik.

c. Kebiasaan Makan Pagi

Kebiasaan makan siswa bervariasi dari tidak pernah sarapan sampai setiap hari dalam minggu. Distribusi subjek penelitian berdasarkan kebiasaan

makan pagi dapat dilihat pada Tabel. 6

Tabel 6
Distribusi Kebiasaan Makan Pagi

Kebiasaan Makan Pagi	Jumlah (n)	Presentase (%)
Makan Pagi	43	47,8
Tidak Makan Pagi	47	52,2
Jumlah	90	100,0

Hasil penelitian pada tabel 6 diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki kebiasaan makan pagi yaitu terbiasa makan pagi yaitu sebesar 47,8% dan 52,2% tidak memiliki kebiasaan makan pagi. Rata-rata asupan energi subjek penelitian dari makan pagi yaitu 430.86 ± 139.17 , nilai *minimum* energi dari makan pagi yaitu 151,20 kkal dan nilai *maximum* energi dari makan pagi 679,7 kkal. Sedangkan rata-rata asupan protein dari makan pagi yaitu $13,35 \pm 5,35$, nilai *minimum* protein dari sarapan pagi yaitu 4,41 gram dan nilai *maximum*

protein dari makan pagi yaitu 41,09 gram.

Hasil wawancara untuk mengetahui alasan tidak makan pagi yang dilakukan oleh peneliti terhadap 90 subjek penelitian dapat diketahui bahwa sebanyak 20% siswa malas untuk makan di pagi hari, 30% siswa makan dengan porsi sedikit sehingga asupan <25% dari kebutuhan energi harian, sebanyak 25% siswa takut terlambat pergi kesekolah sehingga melewati makan pagi dan 25% siswa diantaranya belum dibuatkan makan pagi oleh orang tuanya. Alasan subjek tidak terbiasa makan pagi diketahui berdasarkan hasil wawancara bahwa siswa tidak lapar, tidak sempat sarapan karena takut terlambat, dan makanan di rumah belum masak. Hal ini, sejalan dengan Damayanti dan Muhilal, 2006 bahwa alasan siswa

tidak makan pagi karena tidak terbiasa sarapan pagi, terbiasa jajan, tidak lapar dan takut terlambat kesekolah.

d. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi (Almatsier, 2009). Rata-rata nilai IMT 17,05 dan $\pm 4,22$, nilai *minimum* 11,80 dan nilai *maximum* 31,70. Distribusi subjek berdasarkan status gizi dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7
Distribusi Subjek Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Kurang	12	13,3
Normal	61	67,8
Lebih	17	18,9
	90	100
Total		

Hasil penelitian pada tabel 7, diketahui bahwa sebagian besar siswa mempunyai status gizi normal yaitu 67,8% dan sebagian kecil siswa

mempunyai status gizi kurang yaitu 13,3%.

e. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi

Hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8
Distribusi Pengetahuan Gizi Terhadap Status Gizi

Pengetahuan Gizi	Status								P
	Gizi								
	Kurang		Normal		Lebih		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Baik	0	0	47	83,9	9	16,1	56	100,0	0,024
Tidak Baik	12	35,3	14	41,2	8	23,2	34	100,0	
Total	12	35,3	61	67,8	17	18,9	90	100,0	

*Uji Korelasi Rank Spearman

Hasil penelitian pada tabel 8 menunjukkan bahwa 83,9% subjek yang memiliki pengetahuan baik cenderung memiliki status gizi normal, tetapi subjek yang memiliki pengetahuan gizi tidak baik cenderung memiliki status gizi kurang 35,3% dan lebih yaitu 23,2%. Berdasarkan hasil uji korelasi *Rank Spearman* diperoleh nilai $p = 0,024$ hal ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara

pengetahuan gizi dengan status gizi pada subjek penelitian. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Fandania, 2011 menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi tentang serat dengan status gizi siswa-siswi kelas V dan VI SDN Kebon Pala 01 Pagi dengan nilai p value 0,035.

Adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi berkaitan dengan teori yang mengatakan bahwa pengetahuan tentang ilmu gizi secara umum sangat berpengaruh dalam sikap dan perilaku anak dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang dimiliki oleh seseorang diharapkan diikuti pula dengan sikap dan praktek dalam mengkonsumsi makanan yang beragam sehari-hari.

f. Hubungan Antara Sikap Gizi Dengan Status Gizi

Hubungan sikap gizi dengan status gizi subjek penelitian dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9
Distribusi Sikap Gizi Terhadap Status Gizi

Sikap Gizi	Status Gizi								P
	urang		Normal		Lebih		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Baik	3	5,6	43	9,6	8	4,8	54	100,0	0,83
Tidak Baik	9	25	18	50	9	25	36	100,0	
Total	12	2,4	61	68,5	17	19,1	89	100,0	

Uji Korelasi Rank Spearman

Uji Korelasi Rank Spearman

Hasil penelitian pada tabel 9 menunjukkan bahwa 25% subjek yang memiliki status gizi kurang dan 25% subjek yang memiliki status gizi lebih cenderung memiliki sikap yang tidak baik terhadap gizi, tetapi 79,6% subjek yang memiliki status gizi normal cenderung memiliki sikap yang baik terhadap gizi.

Hasil uji korelasi *Rank Spearman* diperoleh nilai $p = 0,83$, hal ini menunjukkan bahwa $p > 0,05$ yang berarti tidak ada hubungan antara sikap gizi dengan

status gizi pada subjek penelitian. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erine (2001), yang menjelaskan bahwa tidak ada hubungan antara sikap tentang serat dengan status gizi di SDN Kebon Pala 01 Pagi Jakarta Timur dimana nilai $p = 0,99$.

Data yang diperoleh menunjukkan bahwa anak yang memiliki pengetahuan gizi baik belum tentu memiliki sikap gizi yang baik dalam kehidupan sehari-hari karena dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Hal ini, berkaitan dengan teori *Bloom* yang menyatakan bahwa lingkungan memiliki andil yang paling besar terhadap status kesehatan salah satunya adalah kondisi status gizi yang kemudian diikuti dengan penentuan sikap anak dalam memilih dan mengkonsumsi makanan.

Seseorang yang memiliki pengetahuan tinggi belum mengaplikasikan ilmu yang mereka miliki dalam penentuan pemilihan makanan sehari-hari. Hal ini berkaitan dengan teori yang menyatakan bahwa sikap seorang anak hanya satu kecenderungan untuk mengakadkan tindakan dalam memilih makanan dan kesehatannya, dengan adanya tanda-tanda untuk menyenangkan atau tidak menyenangkan makanan tertentu dimana manifestasi sikap tidak dapat langsung terlihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu. Sikap positif subjek tentang kesehatan kemungkinan tidak otomatis berdampak pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap negative terhadap kesehatan hampir pasti berdampak negative pada perilaku salah satunya kondisi status gizi anak.

g. Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi Dengan Status Gizi

Hubungan kebiasaan makan pagi dengan status gizi subjek penelitian dapat dilihat pada Tabel. 10

Tabel 10
Distribusi Kebiasaan Makan Pagi Terhadap Status Gizi

Kebiasaan Sarapan Pagi	Status Gizi								P
	Kurang		Normal		Lebih		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Makan Pagi	3	7,0	27	62,8	13	30,2	43	100,0	0,002
Tidak Makan Pagi	9	19,1	34	72,3	4	8,5	47	100,0	
Total	12	13,3	31	37,8	17	18,9	90	100,0	

Uji Korelasi Rank Spearman

Hasil penelitian pada tabel 10 menunjukkan bahwa 19,1% subjek yang memiliki status gizi kurang dan 8,5% subjek yang memiliki status gizi lebih tidak terbiasa makan pagi. Sedangkan 62,8% subjek yang memiliki status gizi normal, 7% yang memiliki status gizi kurang dan 30,2% subjek yang memiliki status gizi lebih cenderung terbiasa melakukan makan pagi. Berdasarkan hasil uji korelasi *Rank Spearman*

diperoleh nilai $p = 0,002$, hal ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan status gizi pada subjek penelitian.

Adanya hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan status gizi dikarenakan subjek telah mengetahui pentingnya makan pagi bagi kesehatan. Makan pagi hanya memenuhi kebutuhan zat-zat gizi pada pagi hari saja, sarapan hanya memiliki asupan gizi 25% dari kebutuhan sehari-hari dan merupakan salah satu faktor pendukung dalam pemenuhan kebutuhan akan zat-zat gizi dalam sehari tetapi tidak menjadi penyebab utama mempengaruhi status gizi seseorang. (Khomsan, 2004).

Hasil *survey* konsumsi makan dengan metode *recall* makan pagi yang lalu

di SDN Banyuanyar III Surakarta, subjek penelitian mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung zat tenaga (hidrat arang sebanyak 40%) dalam bentuk nasi, roti dan mie. Bahan makanan yang mengandung zat tenaga lainnya seperti ubi, talas, dan terigu tidak dikonsumsi anak-anak pada saat makan pagi. Bahan makanan yang mengandung zat pembangun (protein) sebanyak 35% yang dikonsumsi anak sekolah meliputi : telur, tahu, dan tempe dan susu. 25% bahan makanan seperti ikan dan daging termasuk bahan makanan sumber zat pembangun yang jarang dikonsumsi pada saat makan pagi. Jenis bahan makanan yang sering dikonsumsi oleh subjek penelitian yang berstatus gizi normal dan

lebih berasal dari sumber zat tenaga (nasi, mie dan roti), dari sumber zat pembangun (telur, daging, ikan, tahu, tempe dan susu), sedangkan yang berasal dari sumber zat pengatur (bayam, wortel, kool, kembang kool, kacang panjang, kangkung, dan buncis). Jenis bahan makanan yang sering dikonsumsi oleh subjek penelitian yang berstatus gizi kurang berasal dari sumber zat tenaga (nasi, mie dan roti), dari sumber zat pembangun (telur, daging ayam, bandeng, tahu, tempe dan susu), sedangkan yang berasal dari sumber zat pengatur (bayam, wortel, kool, kembang kool dan kacang panjang).

h. Keterbatasan Penelitian

Recall hanya sampai jam 10.00 pagi sehingga tidak dapat menggambarkan kebutuhan sehari.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- a. Sebagian besar siswa SDN Banyuanyar III mempunyai status gizi normal dengan jumlah 51 siswa (67,8%).
- b. Sebagian besar siswa SDN Banyuanyar III mempunyai pengetahuan gizi baik dengan jumlah 56 siswa (62,2%).
- c. Sebagian besar siswa SDN Banyuanyar III mempunyai sikap gizi yang baik dengan jumlah yaitu 54 siswa (60%)..
- d. Sebagian besar siswa tidak terbiasa makan pagi dengan jumlah 47 siswa (52,2%).
- e. Ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi anak sekolah dasar di SDN Banyuanyar III Kota Surakarta.
- f. Tidak ada hubungan antara sikap gizi dengan status gizi anak sekolah dasar di SDN Banyuanyar III Kota Surakarta.
- g. Ada hubungan antara kebiasaan makan pagi

dengan status gizi anak sekolah dasar di SDN Banyuanyar III Kota Surakarta.

2. Saran

a. Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan pihak sekolah selalu memberi motivasi kepada siswa untuk meningkatkan budaya makan pagi dan melakukan penyuluhan Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) dalam mata pelajaran Penjaskes (Pendidikan Jasmani dan Kesehatan) mengenai kandungan vitamin dalam buah, sumber vitamin dan mineral, fungsi serat dan sumber zat besi.

b. Bagi Instansi Kesehatan

Dinas terkait seperti puskesmas dan Dinas Kesehatan Surakarta kesehatan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala pada anak sekolah seperti status gizi.

c. Bagi Mahasiswa

Perlu adanya penelitian lanjutan dengan

memperhatikan faktor-faktor lain seperti sosial ekonomi keluarga, jumlah anggota keluarga, pendidikan orangtua serta kebiasaan makan pagi. Untuk *recall* kebiasaan makan pagi sebaiknya dilakukan 24 jam agar diketahui asupan energi total hariannya dan jenis protein yang di konsumsi.

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, S. 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Cet ke-5. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta

Damayanti, D., dan Muhilal. 2006. *Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar*. PT Gramedia Pustaka, Jakarta, Indonesia..

DINKES. 2011. *Skrining Pemantauan Status Gizi Anak Sekolah di SDN Banyuanyar*. Surakarta.

Faizah, SN. 2012. *Hubungan antara Kebiasaan Makan Pagi dan Kebiasaan Jajan dengan Prestasi Belajar Siswa SD Di SDN Banyuanyar III Surakarta*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sukoharjo.

Fandania, ED. 2011. *Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Tentang Serat Gizi dengan Status Gizi Siswa-siswi Kelas V dan VI*

- Murid Sekolah SDN Kebon Pala 01 Pagi Jakarta Timur.* Skripsi. Program Kedokteran. Universitas Pembangunan Nasional. Jakarta.
- Jalal, F. 2005. *Gizi dan Kualitas Hidup : Agenda Perumusan Program Gizi Repelita VII Untuk Mendukung Pengembangan SDM Yang Berkualitas Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VI*, Serpong 17-20 Februari. Jakarta.
- Judarwanto, W. 2006. *Perilaku Anak Sekolah*. Rumah Sakit Bunda. Jakarta.
- Khomsan, A. 2004. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. PT Rajagrafindo Persada. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rhineka Cipta. Jakarta
- RISKESDAS.2010. *Riset Kesehatan Dasar Nasional*. Indonesia.
- Sediaoetomo, AD. 2000. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 1*. Dian Rakyat. Jakarta.
- Suhardjo, 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Bumi Aksara. Jakarta bekerja sama dengan Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi, Institut Pertanian Bogor.